



Rehabilitation inmitten der „grünen Lunge“

Die hessische Landeshauptstadt Wiesbaden liegt zwischen Rheingau und Taunus zentral im Rhein-Main-Gebiet und hat eine sehr gute Verkehrsanbindung. Das mitten im Kurgebiet gelegene Klinikgelände und der gegenüberliegende Apothekergarten bieten frische Luft und eignen sich hervorragend zum Terraintraining und alltagsorientierten Training.

Sich geborgen fühlen

Sie wohnen in behindertengerechten Einzel- und Doppelzimmern mit Telefon- und Fernsehanschluss. Gegen Aufpreis ist die Unterbringung auf der Premium Station mit weiteren Annehmlichkeiten möglich. Zum Frühstück, Mittag- und Abendessen haben Sie die Möglichkeit, aus verschiedenen Menüs zu wählen. Sonderkostformen können ärztlich verordnet werden. Bei allen Fragen zur gesunden Ernährung berät unsere Ernährungsberaterin Sie gerne. Bei Wasser, Kaffee und Tee können Sie sich jederzeit selbst bedienen.



Weiterführende Informationen

Bei weiteren Fragen können Sie sich direkt an die behandelnde Diätassistentin wenden oder telefonisch unter Telefon +49 (0)611 43-6627



MEDIAN Klinik NRZ Wiesbaden

Aukammallee 39 · 65191 Wiesbaden

Telefon +49 (0)611 43-60 · Telefax +49 (0)611 43-6352

kontakt.nrz-wiesbaden@median-kliniken.de

www.median-kliniken.de



MEDIAN Klinik NRZ Wiesbaden Ernährungsberatung

Informationen für Patienten
und Angehörige

Das Leben leben



Individuelle Ernährungsberatung

- Einzelberatung mit Erstellung einer Ernährungsanamnese
- Ausgabe von zertifizierten Formularen und Broschüren zur thematischen Vertiefung mit individuellen Empfehlungen, abgestimmt auf Ihren Lebensstil
- Einzelberatung, auf Wunsch auch mit Familienangehörigen

Wir beraten Sie gerne zu folgenden Themen:

- Allgemeine Ernährungsberatung (Sind die lieb gewordenen Gewohnheiten zu einseitig? Fehlt etwas, ist etwas zu viel?)
- Ernährung bei Bluthochdruck
- Gewichtsreduktion /Gewichtsmanagement
- Erhöhte Cholesterin- /Blutfettwerte
- Erhöhte Harnsäurewerte (Gicht)
- Diabetes mellitus
- Risikofaktoren für Herzinfarkt und Schlaganfall (metabolisches Syndrom)
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten

- Lactoseintoleranz
- Osteoporose
- Reizdarm
- Divertikulitis
- Mangelernährung
- Obstipationen
- Sondenkost
- und andere

Sollten Sie eine Ernährungsberatung wünschen oder an einem Vortrag teilnehmen wollen, so sprechen Sie Ihren Stationsarzt an. Er wird eine Beratung verordnen, oder wenden Sie sich an das Pflegepersonal.

Gruppentherapie zu den Themen

Gewichtsgruppe

Hier erfahren Sie, wie Sie zu Hause Ihr Gewicht langfristig reduzieren und halten können. Gewichtsabnahme ist zur Gesunderhaltung bei vielen Patienten ein wesentlicher Baustein der Rehabilitation.

Cholesteringruppe

Bei erhöhtem Cholesterinspiegel erhalten Sie Tipps, was beim Essen besonders zu beachten ist und wie man seine Lebensweise darauf einstellen kann.

Diabetikerschulungen

Bei Diabetes mellitus Typ II sind Sie hier richtig. Sie erfahren in der mehrteiligen Schulung zunächst, was in der allgemeinen Ernährung zu beachten ist, danach wird auf die Ernährung speziell bei Diabetes mellitus eingegangen. Bei allen Gruppentherapien zur Ernährung ist auch der Erfahrungsaustausch sehr wichtig. Jeder kann sich einbringen, anhand von Folien und Lebensmittelattrappen lernen sie den Umgang mit „normalen“ Lebensmitteln bei Ihrer speziellen Ernährungsform und auch Bedeutung und Notwendigkeit von diätetischen Produkten kennen.

Gesundheitstraining

Schulung über allgemeine gesunde Ernährung

„Gesunde Ernährung bedeutet mehr als Obst und Gemüse.“

Es bedeutet vor allem, gesundheitlichen Problemen effektiv vorzubeugen und damit Lebensqualität wiederzuerlangen und zu erhalten.

Alle interessierten Patienten und Angehörigen haben die Möglichkeit, einen Vortrag zur gesunden Ernährung zu besuchen.